Relação entre resiliência e qualidade de vida em estudantes da área da saúde

Autor(res)

Marcus Luciano De Oliveira Tavares
Mariana Cristina Silva

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BELO HORIZONTE - UNIDADE TIMBIRAS

Introdução

A qualidade de vida (QV) é um conceito multidimensional que envolve aspectos físicos, psicológicos, sociais e ambientais, refletindo o bem-estar global dos indivíduos. Em estudantes da área da saúde, a sobrecarga acadêmica, o estresse e a rotina intensa de estudos e estágios podem impactar negativamente a QV. A resiliência, entendida como a capacidade de enfrentar, adaptar-se e superar adversidades, tem sido apontada como um fator protetor capaz minimizar os efeitos negativos do estresse, favorecendo melhor desempenho acadêmico e bem-estar. Estudos que investigam a relação entre QV e resiliência em estudantes da saúde são relevantes para subsidiar estratégias de promoção de saúde mental e fortalecimento de habilidades de enfrentamento. Dessa forma, torna-se necessário compreender se indivíduos com maior resiliência apresentam melhor percepção de qualidade de vida, possibilitando intervenções direcionadas ao desenvolvimento de competências socioemocionais no ambiente universitário.

Objetivo

Avaliar a correlação entre qualidade de vida e resiliência em estudantes da área da saúde de uma instituição de ensino superior privada de Belo Horizonte.

Material e Métodos

Estudo transversal, analítico e quantitativo, realizado com 306 estudantes de cursos da área da saúde de uma Instituição de Ensino Superior privada de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. A coleta de dados ocorreu entre julho de 2023 e abril de 2024, por meio de questionários on-line para caracterização sociodemográfica, além do WHOQOL-bref para avaliação da qualidade de vida e da Escala de Resiliência validada no Brasil. Foram realizadas análises descritivas e teste de correlação de Pearson entre os escores de qualidade de vida e resiliência, adotando-se $p<0,05$ como nível de significância estatística. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE n° 63872022.1.0000.0108).

Resultados e Discussão

Observou-se correlação positiva e estatisticamente significativa entre resiliência e qualidade de vida global ($r=0,3588$; $p<0,001$), indicando que estudantes mais resilientes apresentaram melhor percepção geral de QV.

Entre os domínios do WHOQOL-bref, a maior correlação foi encontrada com o domínio psicológico (r=0,6409; p<0,001), sugerindo que a capacidade de enfrentar adversidades está fortemente associada ao equilíbrio emocional e bem-estar mental. Também foram observadas correlações moderadas com o domínio físico (r=0,5007; p<0,001) e com o domínio social (r=0,3983; p<0,001), e fraca com o domínio meio ambiente (r=0,3406; p<0,001). Esses achados corroboram a literatura, que aponta a resiliência como fator protetor frente ao estresse acadêmico, favorecendo a manutenção do bem-estar físico, psicológico e social. O fortalecimento de competências de enfrentamento pode contribuir para uma experiência acadêmica saudável, reduzindo impactos negativos sobre a saúde mental dos estudantes.

Conclusão

A resiliência apresentou correlação positiva e significativa com a qualidade de vida, especialmente com o domínio psicológico. Estratégias que visem promover a resiliência podem representar uma importante ferramenta para o cuidado integral e a saúde mental de estudantes da área da saúde.

Referências

DYRBYE, L. N.; THOMAS, M. R.; SHANAFELT, T. D. Systematic review of depression, anxiety, and other indicators of psychological distress among U.S. and Canadian medical students. Academic Medicine, v. 81, n. 4, p. 354-373, 2006.

FIOROTTI, K. P. et al. Transtornos mentais comuns entre estudantes de medicina: prevalência e fatores associados. Revista Brasileira de Educação Médica, v. 34, n. 4, p. 487-494, 2010.

OLIVEIRA, L. A.; DIAS, A. C. G.; BOLSONI-SILVA, A. T. Resiliência e fatores associados em estudantes universitários. Revista Psicologia: Teoria e Prática, v. 22, n. 3, p. 536-553, 2020.

PESCE, R. P. et al. Adaptação transcultural, confiabilidade e validade da escala de resiliência. Cadernos de Saúde Pública, v. 21, n. 2, p. 436-448, 2005.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). WHOQOL-BREF: introduction, administration, scoring and generic version of the assessment. Geneva: WHO, 1996.